



خبر وای جنگه ووووو



کہ تلوں مزاجہ

لیکوال: اروا پودہ دوکتر حنیب اللہ بیکری خدران



خیل وارہ خنگہ وروزو

سالم مزاجہ



عصبی

کہ تلون مزاجہ



؟

لیکوال: اروا پودہ دوکتور حبیب اللہ بیرکزی خدران

کال ۱۳۷۶

د کتاب نوم : خپل واړه څنگه وروزو

سالم مزاجه، عصبي که تلون مزاجه

مهتم : محمد طارق «بزگر»

خپرونکي : د دعوت خپرونه

د خپریدو کال : ۱۹۹۷ ع (۱۳۷۶ هـ ل)

لیکگر : عبدالوسیم «عزیز»

خپرنی لړۍ : (۲)

د چاپ شمیر : ۵۰۰ ټوک

لومړنی چاپ

فهرست

موضوع	مخ
(۱) سریزه.....	(۱)
(۲) تکامل او تسلی.....	(۱)
(۳) فزیکي تسلی.....	(۷)
(۴) دکوچنیانو لوبی او دلوپو اهمیت.....	(۹)
(۵) اورتیا.....	(۱۱)
(۶) په غصه کیدل.....	(۱۳)
(۷) دانسان د شخصیت د جوړیدو په هکله د.....	(۱۸)
(۸) ضمیر «سوپرایگو».....	(۲۱)
(۹) د خپلواکي طبقې څخه لاندې طبقه.....	(۲۱)
(۱۰) شخړی.....	(۲۳)
(۱۱) روزنه.....	(۲۹)
(۱۲) کتل شوی کتابونه.....	(۳۷)
(۱۳) متذلیک.....	(۳۸)

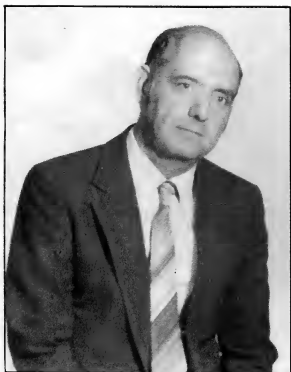






د کتاب د لیکونکي لنډه پيژندنه

حبيب الله ببرکزي ځدراڼ په (۱۹۴۷ع) کال په پکتيا کې زيږيدلى دى.



خپلى لومړنى او

متوسطى زده کړى ئي

د حبيبي په ښوونځي

کې بشپړې او د رحمان

بابا له ليسې څخه

فارغ شوى دى.

له ليسې څخه

وروسته د لوړو زده

کړو لپاره د غارک ته

استول شوى چې د

ښوونى، روزنى او

بيالوژي په څانگه کې

ئې د ليسانس او

ماسټري برى ليک تر

اخستلو نه وروسته د

کيمبريج په پوهنتون کې د کوچنيانو د اروا پوهنې په څانگه کې تحصيل ته

دوام ورکړى او علمي څيړنې ئي کړيدي. د پراگ د « چارس » پوهنتون څخه

ئې خپله دوکتورا PhD لاس ته راوړې ده.

اوس د کوچنيانو د روزنې، کړو وړو او د دوى پر خويونو او خاصيتونو

باندې په علمي څيړنو او ليکنو بوخت دى.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سریزه

د دی رسالی په لیکلو کې زیار ایستل شوی چې روانی او فلسفی اصطلاحات کم استعمال شی، او زیاتره اصطلاحات د لوستونکو د اسانتیا لپاره د مثالونو او کیسو په شکل تفسیر شوی دی. هیله ده هغه کلمې چې تر خوانی کرښې ایستل شوی، ورته زیاته پاملرنه وشي.

ځان پیژندنه، او دبل پیژندنه:

د انسان کورنۍ برخه یا په اصطلاح خپلواکه او بی واکه برخه (شعوری او غیر شعوری). دا کورنۍ (داخلی) دنیا پټه واقع شوی، او یواځې خپله کورنۍ دنیا خلکو ته دخپلو ظاهري کړو وړو او خاصیتو پواسطه ښودلې شو.

روح او وجود «BODY & PSYCHE» سره یو ځای شوی او تعامل لري موندلی، چې دی ته ژوند وانی. او دا دواړه بې له یو بل څخه په یوه ژوندی مخلوق کی نشي اوسیدی.

تکامل او تسلی:

د انسان بچی چی نوی وزیږیږی، نسبت نورو تی لرونکو څارویو ته مرستی ته ډیره اړتیا لری. (دیوی غوا، اسپي، او داسی نورو څارویو بچی چې وزیږیږي وروسته له څو ساعتونو کولای شي چې خپله زیاته اړتیا تر یوه حده پوری پخپله رفع کړی) خو د انسان بچی وروسته له دوه دری کالو ددی وس پیدا کوی چې خپلی



نوی زیر بدلی کولای شی چي وروسته له خو ساعتو په خپلو پښو ودریږی

هماغه از تباوی لږ څه رفع کړای شي. په اصطلاح د ژوند په دې برخه کې موږ نامکمله يو. د انسان بچۍ په کوچنوالۍ کې زیات اړدی. برسيره پر خوراک، څښاک او خوب خصوصاً د مور، پلار د وجود تماس ته چې دې نږدې تماس ته په رواني اصطلاح (TACTIL) یا تکتیل سټیمولیشن وائی. (یعنی کوچنی په خپل وجود پورې کلک نیول او تسلی ورکول) او دا د کوچنی کلک نیول په ځان پورې «تکتیل سټیمولیشن» ورو ته په راتلونکې ژوند کې یونوی شی ور کوی، یعنی په دوی کې په ځان اطمینان پیدا کوی. او سم د لاسه همدا تکتیل سټیمولیشن په کوچنیانو کې د راز راز ویرې چې اصلی علت یې څرگند نه وي او «انگست» "Angst" ورته وائی چې د دې عجیبې غریبې ویرې رشد ته کموالی ورښي. هغه نیکمرغه مور پلار چې و کولای شي له اول څخه خپلو کوچنیانو ته ډیره مینه او تسلی ورکړي نو د کوچنیانو خپلواکه «شعوری» برخه چې د جوړیدو او رشد په جریان کې ده کولای شي چې زیات انساني احساس او اعتماد جذب کړي، کوم چې ډیوه نارمله ضمیر په جوړیدو کې دومره اهمیت لري لکه یو بی حده زیات تیری چې ښائی د تندي څخه نږدې ده چې مړ شي، او سړی ورته په کافی اندازه اوبه ورکړي. که مبالغه نه شی د خوړو څخه مینه او تسلی د ماشوم د راتلونکې ژوند له پاره ډیر اهمیت لري.

یوه امریکائی ارواح پوه چې (۱۹۷۴-۱۸۸۷) REN- SPITZ نومیږي د کلورادو په انستیتوت کې یوه تجربه وکړه. نوموړی ځینی کوچنیان چې نوی زیریدلی وو او یوازی شپږ اوونې یې له زیریدنی څخه تیری شوی وې له میندو څخه

جلا کړل. خوراک ورته په درست او عادي توگه رسیده خو د ماشومانو سره نه تماس
 ډیر کم وو، او په پای کې کړچنیانو همیشه ژړل، بیا هم تماس کم وو، خو خوراک به
 ورته په معین صورت رسیده. بالاخره ژړا هم ورکه شوه، ورو ورو کوچنی په انزوا
 ژوند اموخته شو. بیا بیرته د غوښتل شوې د تماس اندازه ورسره زیاته شې. خو د
 کوچنی د خوراک اندازه ورو ورو کمه کړای شوه، چې په ډیره نارامۍ نه پیل وکړ،
 او د تماس او ټولنې څخه نه بد راتلل لښه دا چې دا کړچنیان په پای کې د د آوټی
 سم (۱) AUTISM په تکلیف اخته شول. ضمناً همدا د تسلی په ارتباط د یو بل
 امریکائی ارواح پوه چې (1905-1981) HARRY. HARLOW نومېږي او
 نوموړی د بیزوگانو په بچو باندې تجربې کوي:

هارلود بیزوگانو بچۍ یوازې، یوازې په غېږ نغاړونو (لابراتوارونو کې
 واچول، او له مینو څخه جلا شول. په میخانیکي ډول به ورته شلې ورکول کیدی.
 په لابراتوارونو کې هر یوه ته بله پلاستیکي بیزوگۍ چې د بیزو له پستی وړې څخه
 جوړه شوی وه هم ایښودل شوی وه. کله چې به د بیزو بچۍ وړې شول نو چوشکی
 مور ته به ورغلل او ځانونه به ته ماره کړل، بیا به سیملاسي هغه بلې پلاستیکي بیزو
 ته چې له پستو وړېو څخه جوړه وه ځانونه به ته وړې وښلول خصوصاً د وار یا
 اوتری (وار خطائی) په وخت کې به ته لازيات ځانونه د وړې لرونکي پلاستیکي
 بیزوگانو پورې ښلول. مقصد دا چې زیات وخت به ته د همدې وړې لرونکي.

(۱) آوټی سم: یو راز رواني ناروغتیا ده چې په ساده اصطلاح دا ډول ناروغان
 له ټولنې څخه ځان گوښه ساتي او د خلکو څخه ځان پټوي له چاسره تماس نه نیسي.



له وږو سره کم تماس نیول د انزېا (او تېسم AUTISM) پیدا کیدو امکانات
برابروي.

پلاستیکی مور سره تیراوه او خپله د تسلی اړتیا به نې ورڅخه رفعه کوله.



په مصنوعي بيزو پوري ځان کلک نښلول

«MOTORICAL STIMULATION» فزیکي تسلي

دیوه امریکائی ارواح پوه چې (FREDERIC- SKINNER (1904-1990

نومبیری په زړه پوری خبرې (نوموړی چې اصلاً د خوی او خاصیت
«BEHAVIOURISM» اروا پوهنی بنسټ ایښودونکی دی).

د فزیکي تسلي په برخه کې وائي: د کوچنیانو فزیکي فعالیتونه مثلاً د وجود
غږی هرې خواته بنورول، لوبی کول، هرې خواته غغاستل او زیاتې پوښتنې کول،
چې د همدې پوښتنو او فعالیتونو پواسطه هم خپلې زیاتې ډول ډول تسلي څانګه
لاسته راوړي او هم ډول ډول علمی انکشافات کوي.

نوموړی وائي چې لوبی د کوچنیانو دنده ده او دا ټکی څو واره تکراروي چې ()
وظیفه ده، وظیفه ده، وظیفه ده) داسې فکر وکړی چې که تاسو یوه ډیر ښه او په
زړه پوری وظیفه ولری، چې درته زیاته سپېڅلی وي، او څو ګڼه مو په زور له خپلې
وظیفې څخه بې لدی چې په خپله وظیفه کې مو کومه سستی کړی وي پر طرفه
کړی، څومره به تاسو ته ګرانه تمامه شی، او څومره به ستاسو په اعصابو فشار
راشي. دا فشار زموږ د کورنۍ نړۍ پر مختلفو برخو باندې اغېزه کوي، او زموږ
د بهرنۍ نړۍ په خوی او خاصیتو کې غیر شعوري بدلونونه راولی، نو ددوی په
حصه کې هم همداسې فکر وکړی.

ددې په عوض چې کوچنیان له خپلې دندې څخه منع کړل شي، باید موږ پلار
یا هغه ښوونکي چې د کوچنیانو سره په ورکتونو کې سروکار لری، باید چې
ددوی دلویو وسایلو او دلویو امکانات داسې برابر او پراخه کړی
چې وکولای شي په عادی ډول بې له غورولو او رپړولو څخه خپله فزیکي

تسللی «ستی مولیشن» بشپړ او پراخه کړي. همدارنگه یو بل امریکائی اروا پوه چې اریک اریکسن (۱) نومبیری د کوچنیانو لوی دبیری اوبو او دبندر غاړی سره تشبه کوي. او وائی:

لوی کوچنیانو ته دومره اهمیت لری لکه بیړی چلوونکی، او بیړی ته دابو بندر غاړه. که بیړی ته دابو بندر موجود نه وی بیړی نه چیری تلای شي او نه کوم غای ته رسیدای شي.

همدارنگه دلویو پښه برخه کی یو ایتالیوی اروا پوه او دوړکتون بشوونکی چې «ماریا مانتیساری» (۲) نومبیری وړکتون ته نی د «وړوین» چې باغبانان نی بشوونکی او مور پلار دي او یا هغه لویان چی له وړو سره په روزنه کی مسئولیت لری. او کوچنیان نی دباغ نیالگي دي.

نوموړی وائی چې که بڼ په ښه صورت سره وده وکړی دا نوزمور کاردی چی د بڼ چاپیریال ته څنگه سر او صورت ور کوو او څنگه نی جوړوو.

(۱) ERIK-ERIKSON (۱۹۸۱-۱۹۰۲ م) اصلاً امریکائی هم ندی په خټه د غارکی او بیا آلمان کی اوسیدلی چې په پای کی نی امریکا ته کډه کړی.

(۲) «MARI A . MONTESSORI ۱۹۵۲-۱۸۷۰» نوموړی دوړکتونو لپاره دیرد لوی سامانونه اختراع کړی، او په روم کې په ۱۹۰۷ ع کال د لومړی ځل لپاره وړکتون تاسیس او هغه ته نی CASSE-DE BAMBINO (کسه د بڼی نو) نوم ورکړ (د کوچنیانو ټوکری) یا دوړو کلی نوم ورکړ. دنوموړی طریقې بشوونگی او وړکتونونه چې دنانتیساری روزنی طریقه ورت وائی په اروپا او نورو هیوادو کی زیات موجود دی.

د کوچنيانو لوبې او د لوبو اهميت

د لوبو په اړه د ځينو اروا پوهانو د فلسفې څيړنو څخه رابستل شوی لنډ

نظريات:

۱- لوبې له خلکو او ټولنې سره د پېژندلو او تماس مهمه وسيله ده.

۲- لوبې د کوچنيانو د ژبې او تکلم د انکشاف تر ټولو غوره وسيله ده.

۳- لوبې د وجود غړو ته فزيکي انکشاف او په کوچنيانو کې د فعاليت احساس پيدا کوي.

۴- لوبه پر ځان باندې د اعتماد پيدا کولو مهمه وسيله ده.

۵- لوبې د کوچنيانو د فکر کولو او پام نيولو برخې ته انکشاف ورکوي.

۶- لوبې په کوچنيانو کې (همدارنگه په لويانو کې) د غصې، کرکي او د ويري او ډار احساس د کمولو بڼه وسيله ده.

۷- لوبه د يوازېتوب او خپلگان، لټې، او بې ځايه کړو وړو څخه سړي لري ساتي.

۸- لوبه ځانته د تسلي او ډاډ ورکولو، پخلا کولو په زړه پورې طريقه ده.

۹- د لوبو پواسطه کوچنيان د ژوندانه له راز راز کړو وړو او چارو سره آشناني پيدا کوي.

۱۰- لوبه د روح د آرامتيا وسيله، او د شخصيت (۱) د بيلو بيلو طبقو

د انکشاف او پرمختيا لپاره په زړه پورې وسيله ده.

(۱) د شخصيت جوړښت او طبقې، داروا پوهنې له نقطې نظره (سيمگون

«فرايد») د څو طبقو څخه جوړ شوی.



د کړیښیانو دیل د وړو لاسو دې د پوښتنې سره د پام او د روح د پرمختیا میهمه وسپارل ده

۱۱- لویی خود خواهی (خان غویشتن) «ایگزیزم» او تقس غویشتنی کموی.

همدارنگه په لوبو کې کوچنیان د احم زده کوی چی د ژوندانه شخړو او ستونزو ته څرنگه د حل لاره پیدا کړی شي.

۱۲- دلربو پواسطه کوچنیان د خیالی نړۍ جوړول. FANTASY جوړول او په خیالاتو او فنتاسي کې خپلی هغه نابشپړ شوی هیلې چی د ډیرو وختو د شخص په دننه نړۍ کې پرتی دي بشپړوی.

۱۳- لویی کوچنیانو ته د ژوندانه او ټولنې د کړو وړو په پرمخ بیولو کې پوخوالی، تجربی او اطمینان ورزده کوی.

ارټیا (ضرورت):

په وجود او ټولنیز ژوند کې د پوښې یا برخې کموالی ته ارټیا وائی. چې د داسې کموالی له کبله انسان ته یو داسې احساس پیدا کیږی، چې څنگه د کموالی د ک او پر ځای شی.

موږ د بیری ارټیاوی لرو. مثلاً د خوراکه ارټیا د څښاکه ارټیا، جنسی (سکسی) د سرو او تودوښی په مقابل کې د ځان ساتنې ارټیا او داسې نور. چې داسې ارټیاو ته فزیولوژیکي ارټیاوی وائی. همدارنگه د اطمینان او د ارټیا، مینې او تسلی ارټیا، د خراخړې ارټیا د اړیکو او تماس ارټیا، د نورو سره د سیالۍ ارټیا، د خپلونی د خپلوانو سره د اړیکو پوځای ژوند کولو ارټیا، د ملګرو او دوستانو پیدا کولو ارټیا، او د لوی شخصیت کیدو د ژوند په واقعیت د پوهیدو

ارْتیا، او داسی نور.

یوه امریکائی اروا پوه چی «مسلو ابراهیم» (۱) نومپیری نوموړی دانسان د ارْتیاوو یو هر می شکله موډل جوړ کړی او دا ارْتیاوی نې په عمومی توگه په پنځو طبقو ترتیب او ویشلی دی. چې (هیرارکی HIER ARCHY) موډل ورته ویل کیږی.

«هیراکی: (یعنی انسان د ضرورت او ارْتیاو له مخه په داسی هڅه او هاند کښی دی چې خپلی ارْتیاوی د موډل د لاندی څخه مخ پورته خواته د واقع کیدلو او رفعه کولو په کوښښ کی دی.)

(یا په ساده عبارت د لاندی طبقې ارْتیاوی باید په کافی اندازی سره بشپړی شی، ترڅو دا لاندنی طبقې مشبوع شی، کله چې لاندی طبقه مشبوع شوه نو داسی مواد پیدا کیږی چې دلې پورته طبقې ضرورتونه او ارْتیاوی د پوره کیدو له پاره زمینه برابره شی. یعنی ترڅو چې د لاندنی طبقې د ارْتیاوو برخه مشبوع شوی نه وي د پاشنی طبقې ارْتیاو ته د احساس زمینه نه برابریږی.)

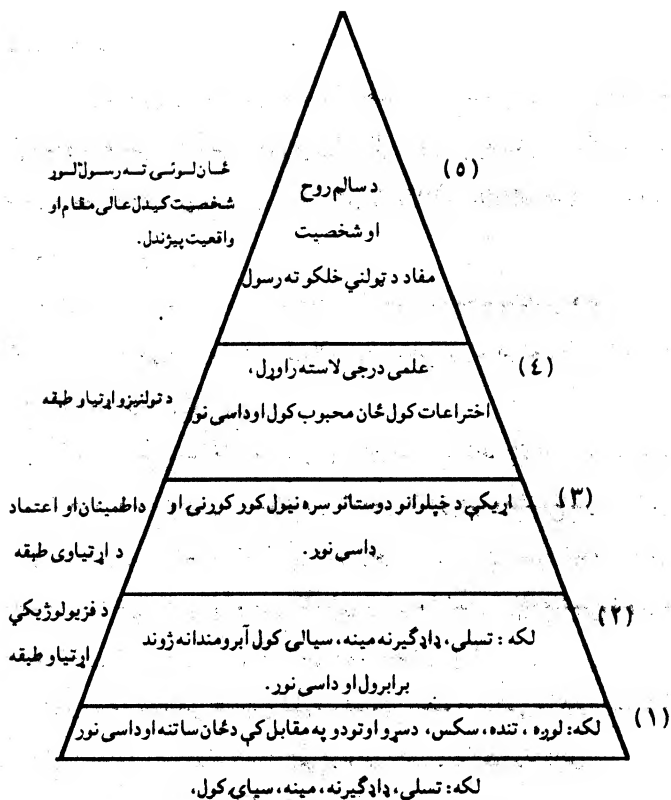
د هرم په لاندینی طبقه کې د بنسټ ایسې ودونگی یا فونډمنتل (بستیز-بنیادی) ضرورتونه دي. چې فزیولوژیکي ارْتیاوی ورته وائی. د مسلو هر می شکله هیرا کې د ارْتیاو موډل یا نمونه:

(۱) ABRAHAM MASLOW (۱۹۰۸-۱۹۷۰ عیسوی کال) زیریدلی

اصلاً د طب ډاکتر او په اروا پوهنه کې نې زده کړه کړی.

د اکسیسی تنسی او هیومنستیک اروا پوهنی د ځانگی بنسټ ایسې ودونکی دی.

(EXISTENCE & HUMANISTIK PSYKOLOGI).



غصه کیدل : Frustration

د انسان مایوسه او رټل شوی خاطر دی چې د بهرنۍ نړۍ د پیښو په هر څه باندې انسان ته غصه پیدا کیږي په غصه کیدل داسې مینځته راځي، کله چې

دژوندانه شيان او اړتياوې، او دژوند چارې د شخص په خوښه په ټاکلې وخت کې سرته ونه رسېږي د مایوسي سره مخامخ شي، نو په دې وخت کې شخص په غصه کېږي.

البته په غېڼو وختونو کې سړي په خپلو کړو وړو کې د ناکامۍ او مایوسي سره مخامخ کېږي ځکه له دې څخه خلاصون نشته. ستونزې په انسان کې داسې یوه بله قوه خلق کوي چې انسان په نورو طریقو سره دې ته چمتو کوي چې خپله بېرې د سمندر غاړې ته ورسوي او شخص د علمیت او پوهې خواته را کاږي، که وکولای شي چې داسې مایوسي او ستونزو څخه بريالی راووغی، نو داسې واقعی ته مثبت Positive فروستریشن وانی.

او که چېرې سړي نه شي کولای چې د طبیعت د غوښتنو او د وظیفو له باج څخه ووتلی شي، نو د غصې میلان دېمنې قطب خواته میلان کوي او زیاتېږي، بلاخره داسې درجې ته رسېږي چې شخص نې د نننۍ (داخلي) نړۍ کې نه شي ځای کولای او د ډار گراف په داخلي نړۍ کې لوړ ځي او په انگست Angst باندې بدلېږي چې ذکر شوی انسان دخپلې هیلې او غوښتنو څخه تیرېږي، او د خپلو غوښتنو څخه زړه صبروي. بشپړې نا امیدۍ ته مخ اړوي او له هرڅه څخه لاس اخلي، هرڅه ورته بې تفاوته کېږي. چې داسې حالت بیا د پرمختګ مانع کېږي.

لنډه دا چې په کوچنوالي کې باید د کوچنیانو د لوبو کولو او په ورکتونو کې د لوبو ساحه پراخه وي ترڅو دوی وکولای شي چې پاسنیو احساساتو ته په ښه ډول وده ورکړي شي، یعنې د تماس احساس، د تسلی احساس، د اعتماد، مینې او کشفیاتو او تجسس احساس چې د لوبو کولو پواسطه وده کوي، او که دا پورته ذکر

شوی احساسات په ښه او پراخه پیمانه وده وکړی، نو ددی احساساتو د ښی ودي په اساس شعوري «خپلواکه برخه» (ز. EGO) چې د جوړیدو او ودي په حالت کې دی یو ښه کلک پوښ له ځانه تاووي یعنی چې زه ښه وده کوی.

کوچنیان باید داسی وروزل شی چې اوټونومی AUTONOMY یعنی آزادی ولری. او ضمناً باید د اهرم ورزده کړل شی چې دنورو خلکو په منځ کې ژوند او گذاره وکړای شی، ځکه نور هم د آزادی حق او ودي ته اړتیا لري. هغه کوچنیان چې همیشه نه د ژوند مثبت ځوا لیدلی وي، او د افراطی آرامتیا ژوند په ساحه کې لوی شوی وي، نو داسی کوچنیانو ته بیا ډیره گرانه ده چې دنورو کوچنیانو سره په ګډه گذاره وکولای شي. او دنورو کوچنیانو کړی ته ورننوزی، او کله چې دنورو ګروپ ته ور داخل شی، هرڅه دنوموړی په خوښه منځ ته نه ځی. نو داسی کوچنی زر په غصه کیږی، او په کور کې هم مور پلار ته دروحي فشار پیدا کولو سبب کیږی. ټپانی مور پلار له څه حیران شی چې نوڅه وکړو؟

هوا داګران کار دی، یوه اندازه د حیرانتیا باعث کیږی خو د حوصلی او نرمی دلاری نوموړی ته قناعت ور کول لیدېشی. که چیرې د کوچنی روزونکی (مور پلار یا نور) ډیر سخت د کتباتوره وي، او د کوچنیانو د آزادی حدود ډیر تنګ او کوچنی کړی، چې کمکیان ونشی کولای خپله د زړه آرزو په خپله خوښه ترسره کړی داسی کوچنی په راتلونکی کې هر وخت د ځان د کموالی دا احساس په تکلیف اخته وي. او که چیرې مور پلار (یا نور روزونکی) بلی خواته افراطی شی یعنی د کوچنی په خوښه هرڅه ومنل شي او هرڅه وکړی بیا په اصطلاح Inconsequent، ان کانسی کوینت «وي کوچنی نه خپل سرحد نه پیژنی او په راتلونکی کې له چاپیریال سره

سازش نشی کولای او له ستونزو سره مخامخ کیږي.

داهم باید په نظر کې ولرو چې که کوچنی ته په کوچینوالي کې هېڅکله او یا لږه زمینه ورکړل شوی وي چې په خپله خوښه تصمیم ونیسي او په ډاډ سره د ژوند په کارو کې برخه واخلي، نو څنگه په راتلونکي کې د داسې شخص څخه دا توقع او امید وي چې هغه د ژوند ټول کارونه په عالي او درست ډول او په خپلو کارو کې دښه یا تصمیمه او باجراته او بريالی مخ ته ولاړ شي، حال دا چې په کوچینوالي کې موږ د هر څه څخه منع او محروم کړي دي.

ځکه کوچنی، کوچنی دی، کله چې نوموړی خپل وجود او خپله روحی قوه دې ته آماده کړي چې خپله دنده سرته ورسوي او د خپلي دندې پواسطه خپلي غوښتنې بشپړي کړي او طبیعت وپیژني، موږ یې ور څخه منع کوو.

سمه ده دا کوچنی دخپل مور پلار (یا بل هغه څوک چې ور سره سروکار لري) په مقابل کې کمزوری دی، نه شی کولای چې زموږ غټانو سره د زور مقابله وکړي ځکه چې زموږ زور نه لري نو په دې وخت کې داسې کیږي چې کوچنی د بل څه وس نه لري، یوازي مور یا پلار یې بې حده بد راځي.

(په عین وخت کې خپل مور یا پلار پری گران هم دی) نو دلته کوچنی د (ادی پوس کامپلیکس Oedipus complex) یعنی «هم نفرت او هم گرانیت» حلقې تر اغېزې لاندې راځي. او کوچنی غضبناکه کیږي، چغې وهي ژاړي، پدې وخت کې دوی خپل غضب یا قهر دننه خواته تیروي. یا په اصطلاح چې دا مایوسانه خاطره او قهر د تاامېدې په تمامېدو سره دننه دروغ غیر شعوري یا «بی واکه برخه» ته لیږي چې هیر نی کړي. خو دا نه هیر یږي. بلکې که داسې مایوسانه او سرته نه

رسیدلی خاطرات دیر تکرار اوزیات شی. بیا نو په بی واکه برخه کې « غیر شعوری برخه کې » راټول او په زور تر فشار لاندی راځي، دا سره تزریق شوی مواد یو کیش بایو پوپین تر ځان تاووی، چی بیا په راتلونکې کې ځینی ناروغتیاوې مینځ ته راوړی. او همدارنگه په راتلونکې کې د کوچنیانو د سالم شخصیت په جوړښت کې نیمګړتیاوې پیدا کوی.

ځینی اروا پوهان په دې عقیده دي چې هغه احساسات چې ستاسو د قهر او غصې باعث ګرزیږی دغه خواته نه په تیروی او دباندی نه را بای، لکه چې یو متل دی (داداور سګروته دننه نس ته مه تیره وه دباندی نه راتو کړه، ترخونس دی په پټه لمبه ونه سوځی).

داد قهر او غضب احساسات چې دننه پاتی شی یو ډول پوپین تر ځان تاووی، او بیا په بله جامه کې راوځی لکه بې غایه زړه هر شی ته خورل یا (SELV-DESTRUCTION) هروخت ځان ملامت کول، او همدارنگه دا دننه زغمل شوی غصه د ځینو فزیولوژیکی ناروغتیاوو سبب هم ګرزیږی شی چې په رواني اصطلاح ورته « سوکوسوماتیکسک

سمبتوم » (PSYCHO SOMATISK SYMPTOMS) وایی یعنی د وجود هغه ناروغی چې اصلی علت نه روانی اغیزی دی، لکه کلکه سر دردی، د فشار لوړیدل او ښکته کیدل، د عظامو دردونه د سینی دردونه، دستر تیا سخت احساس او داسی نور.

که طبی کتنی وشي، معاینات نارمل وي په کتنو کې هېڅ کوم د ناروغی اثر په

نظر نه راغی.

داهم باید هیر نه شي چې تر یوې اندازې پورې د ما یوسانه احساس او زخمو نو زغمل انسان ته ضروري دی، ځکه همدې زخمو نه او سختی دی چې انسان د علمیت او پوهې خواته کشری، او د خواری او مایوسه احساس دراپیدا کینو له کبله انسان خپلی شاوخوا ته فکر کړی، او په دې فکر کې کیږی چې انسان باید په خپل ځان کې بدلون راولی. لکه چې یو نامتو فرانسیسی فیلسوف «دسکارتس» (DESCARTES ۱۶۰-۱۵۹۶ع کال) وانی:

«د ځان پیژندل د جهان پیژندلو له پاره مهم شرط دی». او په پښتو کې مثل دی چې «اول ځان پسې جهان اوبل چی: چا ځان وپیژانده خفه جهان وپیژانده. دانسان د شخصیت د جوړیدو په اړوند د سیګمون «فرايد»

(۱) تیوری:

«فرايد» وروسته له څو کالو څېړنو او زیار څخه، دانسان د شخصیت د جوړیدو یوه تیوری جوړه او په درې طبقو کې ویشلې چې دلته یې په لنډ او ډېره ساده توګه بیانوو.

الف: د شخصیت لاندېنې طبقه: چې لاندې ژوره واقع شوی او سوړو ووتنه «پښ» واکه برخه، (غیر شعوري) طبقه هم ویلې شو په دې طبقه کې دانسان نفساني

(۱) سیګمون «فرايد» اصلاً اطریشی او (۱۸۵۶-۱۹۳۹ع کال) پوری ژوند کړی. نامتو اروا پوه خصوصاً د تحلیلي او څېړنې اروا پوهنې (PSYCHOANALYSIS) د برخې بنسټ ایښودونکی دی.

برخه واقع شوی چې د «فرايد» په اصطلاح دا طبقه د «ايد-ID» په نامه سره بولي.

ب: د لاندیني طبقې نه پاس طبقه يا دويمه طبقه واقع شوی چې موږ ورته «تحت شعوري» طبقه ويلي شو.

ج: لومړۍ طبقه دا پاسني طبقه ده چې موږ ورته «شعوري» طبقه يا «خپلواکه» طبقه ويلي شو. د شعوري يا «خپلواکې» طبقې په لاندیني برخه کې «زه» واقع شوی چې «فرايد» نې د «ايگو-Super-ego» په نامه سره بولي.

الف: «بي واکه» برخه يا (غیر شعوري طبقه):

د لاندیني طبقې څخه جوړه شوی ده.

د فرايد د تيوري په اساس د انسان روحي جوړښت نې دواوړی د يو ډير غټ غره سره تشبيل کړی چې دا غره په يوه بحر کې واقع شوی «فرايد» وانې چې د ټول غره يوازی ۱-۱۰ برخه د سمندر باندې سطحې ته راوتلی چې (خپلواکه برخه يعنې شعوري برخه) نې جوړه کړی. پاتې دا (۹) برخې په سمندر کې پټې دي او د انسان د روح (بي واکه برخه «غیر شعوري برخه» جوړوی.

۱: نفس (۱) يا «ايد-ID»: چې د شخصيت په بي واکه برخه يعنې غير شعوري برخه کې واقع شوی. او دې برخې جوړښت په انسان کې د زړېدنې له وخته خلق شوی.

د نفس يا «ايد» مهمې دندې په لنډ ډول سره دادی: چې خواهشات،

احساسات، زور او قدرت، سکسي تمايلات چې فرايد ورته د (لي بي در Libido

(۱) - (دلته د نفس مقصد سا ايستل ندی، بلکه د انسان د ننني نفسي برخې څخه

مطلب دی).

اصطلاح استعمالوی همدارنگه د قهر و غضب احساسات د اټول په همدی «اید ID یا نفس پوری اړه لری.

په ساده اصطلاح چې نفس د شخصیت هغه برخه ده چې منطق او واقعیت، دلیل، وخت او سرحد نه پیژنی، هرڅه ئې چې خوښ وي، غواړی چی هماغسی وشي.

۲: زه یا ایگو «EGO» دا برخه د خپلواکې طبقې یا شعوری برخې په ساحه کې واقع شوی. په ایگو یا «زه» کې بیا دیر هغه شیان موجود دی. مثلاً د وخت او زمان پیژندل، خپل سرحد او د ژوندانه او ټولنی قوانین او غوښتنی، چاپیریال سره تطابق کول، واقعیت خوښول، همدارنگه «زه» غواړی چې خپل کړه وړه د منطق دلاری او خپلی ستونزی له قانونی لاری حل کړی.

«زه» یا ایگو د یونیم تر درې کلنۍ په عمر کې په کوچنیانو کې پیدا او په رشد پیل کوی.

«زه» په ساده اصطلاح د نفس او ضمیر تر منځ د پیره دار وظیفه هم لری، نفس غواړی چې په «زه» باندی فشار راوړی چې دروازه ورته خلاصه شی او راووغی، څه ئې چې خوښه وي هغه وکړی، خو ضمیر «زه» ته اجازه نه ورکوی چې نفس ته د هر ډول کړو وړو له پاره دروازه پرانیځی چې راووغی او د خپلی خوښی کار وکړی. البته د احم باید هیر نه شی چې غیننی نورد تحلیلی اروا پوهنی (سایکوانالیز) اروا پوهان لکه «ایریک ایریکسن Erikh Erikson او ایبرک «فرام» (۱)

(۱) ایریک «فرام» د تحلیلی اروا پوهنی اروا پوه په خټه المانی (۱۹۸۰-۱۹۰۰ع) ژوند کړی په ۱۹۳۴ع کال نی امریکا ته هجرت کړی.

Erich Fromm داپورته ذکر شوی اروا پوهان نسبت «فرايد» ته زیات زور په «زه» باندې اچوی او د یوه ښه «زه» په وده کې د کوچنیانو له پاره د لویو زمینه برابرولو باندې ډیر تاکید کوی او وانی چې کوچنیان باید په خپلو کارونو کې تسلی او خاطر جمعی ولری.

کوچنیانو ته باید زمینه برابره شی چې پر موو باندې اعتماد ولری ترڅو دوی اوتونومی (د آزادی، خود ارادیت اړتیا) په ښه ډول وده وکړي ترڅو د یوه ښه سالم «زه» خاوندان شی نور وروسته په سالم ډول سره وده کوی.

ضمیر «سوپر ایگو» SUPER EGO:

چې تقریباً د ۳-۵ کلنۍ په عمر پیدا او په وده پیل کوی د ضمیر وظيفه داده چې «زه» ته د ژوندانه د کړو وړو ښی او نیکي خواته رهنمائی او لارښوونه کوی او دا لارښوونه «زه» ته کوی چې د «نفس» کوم کړه وړه قبول کړي یا په اصطلاح د نفس کومو کړو وړو ته ور پرانیزي.

د ضمیر په وده او جوړښت کې د مور پلار د خواصو، نظریاتو او کړو وړو زیاته کاپی کېږي یعنې چې څنگه خاصیتونه او خوښونه چې مور پلار لری زیات امکان لری چې د کوچنی ضمیر هماغه خاصیتونه غاښه کاپی کړي. په دویمه درجه بیا د کورنۍ د نورو غړو خوی خاصیتونه او عادات ځان ته جذب کوی، همدارنگه کوچنی د ښوونکو خاصیتونه او عادات او بیا د ټولنې او چاپیریال رواجونه د ضمیر په جوړښت کې اهمیت لری.

د خپلواکۍ طبقې څخه لاتندی طبقه (تحت الشعور برخه):

هغه برخه چې د خپلواکۍ طبقې نه لاتندی او د «بی واکه» یا غیر شعوري طبقې

کې هغه هیري شوی پېښی، خیالات او خاطرات پراته دی چی زموږ په کار نه دي او زموږ دخپلواکي برخي څخه لاندی تللی، او پکښه کله د ځینو پېښو او خاطراتو د رامنځ ته کیدو په سبب دفعتاً خپلواکي برخي ته را خپړی او موږ ته را په یاد پړی. بله هغه لاندی طبقه چې « فرایډ » ټي د سمندر لاندی غریولی (بی واکه برخه « غیر شعوري برخه » په دی طبقه کې په زرگونو پېښی، خاطرات، خیالات، خوږی ترخی، چې په ژوند کې (او یا ښایي په راتلونکی کې پېښی شي) پرتې دي. چې دا پرتی پېښی د وجود د ډیری زیاتی انرژي د لگښت په زور سره لاندی طبقی ته استول شوی هلته هیر شوی پرتې دي. او په آسانی سره پاس نشی را ختلی. یوازی د ځینو ډیر وړوحي فشارو او غصو او روانی ناروغتیاو په وختو کې یاد هیښو تیسیم (مصنوعی خوب وړکول) په وختو کې خپلواکي برخي ته را خپړی او زموږ خاطر ته راځی، او همدارنگه خوب لیدل هم د غیر شعوري یا « بی واکه » برخي د خاطراتو یوه ښه وسیله ده. چی موږ ځینی هغه پېښی چې لاندی طبقه کې ژوری پرتی دي، د ډول ډول سمبولونو په شکل په خوب کې موږ ته راځی او په خوب کې ټي وینو، په همدی هکله سیمګون « فرایډ » وانی چې خوب هغه کوچنی کړکی ده چې انسان دخپلی د ننی نړی غیر شعوري برخه پکښی وینی.



د سیمګون « فرایډ » د تیوري پر اساس د شخصیت د جوړیدو موډل یا نمونه (په بحرکی پټ دواړو غر چې یوازی ۱۰/۱ د غره د بحر نه دباندی راوتلی) (خپلواکه



برخه).

شخړه يا «کان فلیک» CONFLICT:

په ساده اصطلاح په یوه دوه لاری کې واقع کیدل، چې شخص ته گرانه وي چې اوس څه وکړي. چې دی داخلي کړ او ته په رواني اصطلاح «کان فلیک» واني، او څنگه مینځ ته راځي؟

څرنگه چې انسان ډیری غوښتنی لري، او دخپلو غوښتنو د بشپړیدو له پاره هلی ځلی کوي.

کله چې یو شخص ته د دوو غوښتنو اړتیا په عین وخت کې را مینځ ته شي او د یوې غوښتنې بشپړیدل یې له بلې غوښتنې له قربانۍ نه پرته لاس ته نشي راتلای، نو دلته شخص په شخړه کې واقع کیږي.

شخړې «کان فلیکټونه» د وجود زیاته انرژي (۱) مصرفوي ځینې شخړې کیدای شي چې ډیری سختی او رنځونکي وي.

(یعنی د وجود ډیره انرژي ځانته کش کوي) او د انسان د زیات خپګان باعث گرځي، خودا باید هیږ نشي چې په ژوند کې د ژوندانه څرخ هر کله د سړي په خوښه نشي تاویدی. ددی له پاره چې په خپلو ستونزو کې د زیاتې مایوسۍ سره زرزړ

(۱) په اصل کې شخړې د وجود انرژي ځانته را کاپړي یعنې چې د وجود انرژي جذب بوي (داسې نه چې د وجود انرژي مصرف او د باندې یاسي) او که فرضاً شخړه په ښه صورت سره حل شي، د وجود هغه انرژي چې رامینځ ته شوي شخړې نې جذب کړي وي، بیرته خوشی کیږي او په انسان کې د زیات قوت احساس پیدا کیږي او ددی را خوشی شوي انرژي څخه وجود بله گټه اخستی شي.

مخامخ نشو، نو باید چې دا زده شی چې د انسان ټولې غوښتنې په پوره وار
د شخص په خوښه سرته نشي رسېدلای، لازمه ده چې په خپلو غوښتنو کې انتخاب
وکړو. ځکه پوره غوښتنه د بلې یاڅو غوښتنو د لاسه ورکولو په قیمت لاس ته
راځي.

شخړې یا «کان فلیکټونه» یو (۱) آلماني امریکاني اروا پوه چې «کورټ،
لاوین Kurt-Lewin نومېږي ۱۹۴۷-۱۸۹۰ع» په عمومي ډول په دریو
لویو برخو ویشلی دی:

الف: مثبت مثبت کان فلیکټونه (Positive- Positive.c)

ب: منفي، منفي کان فلیکټونه (Negative- Negative.c)

ج: مثبت منفي کان فلیکټونه (Positive- Negative.c.)

الف: مثبتې شخړې: چې د دوو مثبتو یا په زړه پورې غوښتنو یا علایقو
پواسطه را پیدا کېږي. په دې شخړه کې دواړه غوښتنې په زړه پورې دي. او
غوښتونکي ته گرانه ده چې تصمیم ونیسي. چې کومه غوښتنه غوره کړي. احمد
نن ماښام دخپل ډیر گران ملگري واده ته خبر دی. همدارنگه نن شپه په تلویزیون
کې د فوټبال لوبه ښودل کېږي او احمد د فوټبال لوبې سره ډیره مینه هم لري او
غواړي چې دا لوبه وويني. دلته «احمد» د دوو مثبتو شخړو په منځ کې واقع شوی.
نه پوهیږي چې خپله کومه غوښتنه غوره کړي. واده ته ولاړ شی؟ او که د فوټبال
ننداره وکړي. دا ډول مثبتې شخړې ډیرې گرانې نه قلمبېږي یعنې چې زیاته انرژي
پکښې نه لگېږي چې د زیات خپگان سبب شي.

(۱) آلماني امریکاني: چې په خټه الماني دي او امریکاته یې هجرت کړي.

ب: منفی منفی شخړه:

په دې شخړه کې دوی منفی غوښتنې را منځ ته شوي یا په اصطلاح دوه نه خوښوونکي غوښتنې، او په زړه پوري ندي یو شاگرد ټول کال زیار باسي، درس لولي. (او ښوونځی زده کوونکو ته درس لوستل چندان خوند نه ورکوي.) دورځی خپل زیات وخت په درس لوستلو تیروي چې په پای کې تصادفاً د بریالیتوب نتیجه لاسته نكړي، خامخا پوه اندازې خپکان او مایوسي مینځ ته راځي.

ج: مثبت منفی شخړې: چې غوښتنه په زړه پوري او زړه وړونکې وي، او هم ور څخه داروي. نو په دې لحاظ د مثبت منفی شخړې په تصمیم نیولو کې زیاته دماغی انرژی لگيږي.

مثلاً: کوچنی غواړي چې خپل په زړه پوري فلم ووبښي، مگر پوهیږي چې په فلم کې ځینې خطرناکې او ویروونکې جنگي برخې هم شته چې کوچنی ته په زړه پوري ندي او ور څخه ویره لري.

(یا په بله اصطلاح: د یو په زړه پوري غوښتنې هدف ته د ځان رسولو په لاره کې د زیاتو خطراتو امکانات هم شته).

داسې باید هیږ نشي چې د شخړو سره هر څوک مخامخ کېږي او خلاصون تری نشته، خو په مناسبه او ښه طریقه د شخړو د حل له پاره علمی پوهه شرط ده. او که د شخړې په حل کې د ناپوهۍ او سختو احساساتو څخه کار واخستل شي، نو د موجوده شخړې څخه داسې نوري پېچلي ستونزې را منځ ته کېږي چې شخص ته د هک پک کېدو او بلاخره د ناوړو خطراتو باعث گرځي. او که شخړې حل نشي، د غوښتنو بشپړ پیل سر ته نه رسیږي، دا ناکمل شوي شخړې او پېر ته واخل شوي

غوښتنی چې بشپړی شوی نډی دتنه دشخص یی واکه برخه (غیر شعور) ته دزیات فشار په مصرف سره لېږل کیږي چې هیري شی.

بالاخره هلته دوخت په تیریدو دډول ډول روانی او جسمی ناروغتیاو سبب گرځي.

خرنگه چې کان فلیکټونه کله کله خپلی جرړی (ریښی) دبری ژورې پیانې. خصوصاً په هغو کوچنیانو کې چې ډیر سخت د مور پلار د ډار تر تاثیر لاندی وی، نو په زړه کې دمور یا پلار څخه نفرت لري خوبیا هم ور څخه د جلاکیدو زړه نلری او نه غواړی چې ور څخه جلا شي د تنفر سره سره بیا هم پری گران هم دي.

کوچني د زیات ډار له کبله مور یا پلار ته د خپل زړه حال نه شی ویلای خپلی ستونزی مور یا پلار ته نه شی بیانولی ځکه چې مور پلار نی زیات دکتاتوره دی. نو کیدای شی چې دا کوچنیان د داخلی کانفلیکټو په ستونزو اخته شي خپل احساسات او خاطری په رښتیا سره نه بیانوی او د کوچنیوالي څخه دا زده کړه او خاطره ځانته اخلي چې: همدا لویان دی چې دهر شی اختیار لری او همدا لویان دی چې په هر شی او هر څه پوهیږی. همدا لویان دی چې زما ټول اختیارات ددوی په لاس کی دی. او داسی نور.

دا ډول کوچنیان چې په دکتاتورانه چاپیریال کې لوی شوی او د کورنیو کان-فلیکټونو په درلودلو اخته دی په راتلونکې ژوند کې (چې لوی شی، تصمیم نشی نیولی، تند مزاجه، او په خیال باقیو باندی باور او اتکا پیدا کوی) او که د شعرو سره مخامخ شی زړور خطا کیږی دشغری د حل لاره نه شی پیدا کولای.

او دا ډول خلک امکان لری چې دلاندی ذکر شوو ستونزو سره مخامخ شی.

الف: د گېډی درد او کانگی کول.

ب: فوبيا Phobia یا په اصطلاح چې داسی خلک د غېڼو خاطراتو څخه یاد غېڼو مجسمو او غېڼی نورو شیانو څخه سخته ویره او انگست لری.

ج: کلاوستروفوبيا Claustro-phobia:

یعنی چې له تیاری کوتی او توری شپي او نورو تیاره شیانو څخه سخته ویره او دار لری.

د: د زوفوبيا Zoo Phobia له هر راز حیواناتو خصوصاً له سپی څخه سخته ویره او دار.

ه: اکروفوبيا Acrophobia له تشو، خالی او آزادو غایونو څخه سخته ویره او دار.

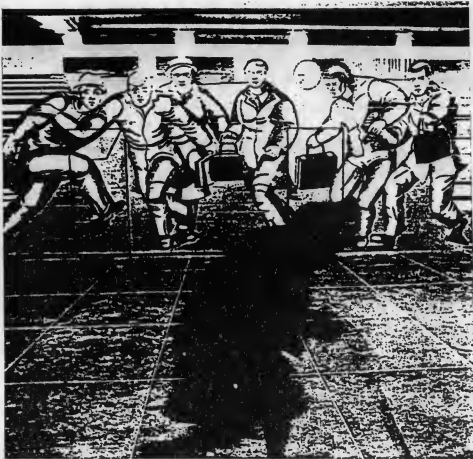
و: غېڼی چې په لاره روان وی دلاری ډبري شمیری یا دلاری ونی شمیری او غېڼی نور عجیب خاصیتونه د خانه بڼیې فرضاً داسی خلک څو واړه گوري چې آیا دروازه قلف ده او که نه؟ حال دا چې که قلف هم وي بیا بیا پاخی او گوري چې دروازه کلکه ده او که نه. او یاد کوتی کرکی ترلی دی او که نه؟

(البته دا کارونه موږ ټول کوو او غواړو چې ځان مطمئن کړو خو دوی نی په وارو وارو تکراروي).

غېڼی داسی خلک ټوله ورځ د لاسونو او مخ په مینځلو تیروی. عجیب غریب کالی اغوندي، جنایتونه هم کوی.

بلاخره خبره غټیږی د ناروغی مکمل حالتونه منع ته راځی نوموړی خپل کار

او وظیفه سرته نه شی رسولای او تلاوی ته اړتیا پیداکیږی.



د «آگروفوبيا AGORAPHOBIA» ناروغ چې له ټولنې او کورونو څخه
سخته ويره لري.

په لنډه توگه د دندنې کان فلیکټونو عوامل:

۱: ډیر زیات د مور او پلار داغیزی او تاثیر لاندی راتلل.

۲: د ماشومانو ډیر وهل او ټکول او په تحقیقانه ژبه او تحقیقانه رویه ورسره خبری او رویه کول.

۳: په تهیدانه لهجه کوچنیانو سره خبری کول او په ډیره وړه غلطی باندی نې تنقید نیول.

۴: د مور پلار او اولاد ترمنځ د مینې دا احساساتو او تماس کموالی.

روزنه Education

په اصل کې دروزنی کلمه د انسانانو په منځ کې د پوهې او اکمال انتقال ته وائی. دروزنی پروسه دیوه یا دوو کسو څخه نیولسی د زیاتو کسانو ترمنځ صورت نیسی. او خصوصاً د پیداگوژیک سایکالوژی Pedagogic- Psychology یا په اصطلاح د ښوونې او روزنې سایکالوژی څانگه له دی برخې سره سروکار لری، او ټولنه چاپیریال په کښی لوی رول لوبوی. دلته دروزنی دری ډوله مثالونه په لند ډول یادوو.

المانی امریکائی اروا پوه چې «کورټ لاوین» Kurt Lewin نومیږی یوشمیر لس کلن کوچنیان چې بیخی یو ډول عادی ذکاوت نې درلود په دری ډلو وویشل او تر دری ډوله روزنې لاندی نی ونیول. (۱- مستبده روزنه، ۲- بی تفاوته روزنه ۳- د یموکر اتیکه روزنه)

۱- مستبد روزنه: پدی ډول روزنه کې اکثر اُذور او زیات کنترول او شدت څخه کار اخستل کیده. البته د ټولګی فضا به دومره آرامه او ښه وه، کله چې به ښوونکې په ټولګی کې موجود و درسی چاری به په ښه صورت سره پرمخ تللی. کله به چې د ښوونکي سترګی له صنف څخه پناه شوی، شور ماسور، په خپلو منځو کې وهل او ټکول او بی حده بی نظمۍ به پیل شوه. هغه څوک به چې قوی وو بیغمه به خو. هغه کوچنیان چې به ضعیف وو ټول تکلیف هغوی ته رسیده.

۲- بی تفاوته روزنه: دی ډول روزنی ته «لسیز فایر» Laissez faire وایي: داسی روزنه چې ښوونکې د شاگردانو تر تاثیر لاندی وی او څه به چې د شاگردانو خوښه وه هماغسی به ئی ښوونکې کول.

کله کله به ښوونکې ځان په ناروغتیا وچاوه په صنف کې به ډیره ګډوډی موجوده وه. په دی ډول روزنه کې شاگردانو ته سرحد نه وټاکل شوی او تور تم په ټولو باندی وو. زور د ټولو شاگردانو څخه خوت. دی ډول روزنی وښودله چې ددی ګروپ کوچنیان ډیر «هوش پرک» (کان فیوز) هک پک، یو کار به ئی چې له څه سرته ورساوه، نور پاتی کار به ئی په نیمانی کې پرېښود. او کله کله به زیات غضبناکه کیدل او په پای کې به ئی په خپلو مینځو کې ورځ په رږولو تیروله.

۳- دیموکراتیکه روزنه:

پدی ډول روزنه کې د شاگردانو تر منځ یو ډیر ښه دسپلین موجود وو، هر څه به چې پېښیدل او یا کومه ستونزه به چې منځ ته راتله په ډیره سړه سېنې او مشورې سره به ئی په خپلو منځو کې حل کوله - کوچنیانو ته د احق ورکول کیده چې دوی دلایل ووانی دیوه بل دلایلو ته غوږ ونیسی، دابه ورته ښوول کیدل چې څنګه خپل

انتقادات واضح کړې. او څنگه یوه ښه فضا منځ ته راوړی.

«کورت لاوین» وائي چې دیمو کرایتکه روزنه یوازې په لومړیو څو ورځو کې
گرانه وي او ښه تدبیر او حوصله غواړی، خو کوچنیان زر له دی ډول روزنې سره
عادت کیږي او په ډیره خوشحالی په ښه ډول سره مخ ته ځي.

د واقعیت د لټولو په لټه کې :

ددې برخی د څیړلو له پاره لازمه ده چې د فلسفې خواته ولاړ شو.

«فلسفه» Philosophy لاتیني کلمه ده چې په ساده ډول د علمیت او
واقعیت څیړل، د ژوند معنی او یا د علمیت او پوهې سره مینې ته وائي.
هو! دا ډیره گرانه ده چې پوهه یا علمیت تعریف کړو ځکه
امکان لری چې په تعریف نهې کتابونه ډک شي. خو کېدای شي چې د یوې
جملې په قالب کې نهې راوړو.

علمیت عبارت د مشاهداتو او تجربو هغه تصویرونه دی چې
دماغ نهې بسته کوي.

ساده مثال: فرضاً خیاطی یو علم دی، اول ټوټه سکني (بیتي کوي) او ته ور
ته گوري بیاني گنډی، او ته ورته گوري، بیا همدا چې څو واړه مشاهده شول همدا
قیچی کول او گنډل ستا په فکر کې بسته کیږي، او بیاني خپله عملی کوي هغه څه
چې دماغ بسته کړی دی.

دا تا ته فلسفه ښیي چې واقعیت څه شی دی، او څنگه واقعیت منځ ته راغلی،
او څنگه ځان د واقعیت درنا خواته نړی دی کوي. یا په اصطلاح «اکسیستینالیزم»

Existentialism یعنی Existence = انسان دی Lessems = په ژوند کې څه شی دی).

په بل عبارت ددی معنی داسی ده چې: دا خپله انسان دی چې باید خپل ژوند ته اهمیت ورکړی، او په خپل ژوند کې یو مناسب او آبرومندانه مخلوق شی.

«انسان داسی شی دی کوم چې جوړونه کې آزاد دی. همدا «اکسیستنیاالتسیکه» فلسفې په ډیرو اروا پوهانو باندی اغیزه وکړه لومړی ځل په اروپا کې، وروسته بیا په امریکا کې ډیرو اروا پوهانو په هیومنیسټیک تریډیشن Humanistic Tradition باندی لگیاوو او کارنی کاوه بالاخره اروا پوهنه ئی یو فلسفې ډسپلین وباله.

هغه کسان چې Existentialistic نظریات قبلوی دوی په ژوند کې درې ټکوته زیات اهمیت ورکوی. «آزادی» انتخاب، مسئولیت. دآزادی دامکاناتو په اساس انسان انتخاب کوی، او د خپل انتخاب په مقابل کې مسئولیت هم لری. او همدا مسئولیت دی چې «انگست» Angst هم منع ته راوړی. لنډه داچې د «دسکارتس» Descartes فرانسوی او Sogen. Kirkegarg ډنمارکی ژوند د فلسفې له نظره په داسی جملو کې بیانوی. او وائی:

Liff is just like a game, it's up to you how to play it. «ژوند دلوی

مثال لری، نو دا ستا پوری اړه لری چې دا ژوند څنگه لوبوی.»

"Dont get by with life, because life is for living" «ژوند هسی مه

تیره وه چې مقصد دادی شپه سبا کوم او تیره وم نې، ځکه ژوند دی دژوندانه

"If you smile to the world, The world would smile to you" » که

چیرې ته نړۍ ته وځاندي، نړۍ به هم درته وځاندي».

"Satisfaction is just reduction of desire" » خوند وړل او خوښی یوازې

د خواهشاتو اختصار کول دی اویس».

د ژوند په واقعیت پوهیدل آسان کار نه دی د واقعیت لیدل چې آیا موږ ژغورمه

توان او قدرت لرو چې ویی وینو بی حده پوهی ته اړتیا لری.

د ژوند واقعیت په دی لاندی قیصه کی تمثیلوو.

>> پنځه کسه پړانده چې په یوه لار سره روان وو د یوه فیل سره مخامخ شول،

فیل ولاړ وو، هر پړانده ته د فیل د وجود یو غړی په لاس ورغی: (یوه ته د فیل غاښ،

بل پړانده ته د فیل تنه، دریم پړانده ته د فیل پښه، څلورم ته غوړ، او پنځم پړانده ته د

فیل لکۍ).

هر پړانده غوښتل چې فیل وڅیړی، او وواڼی چې فیل څه شی دی؟

لومړی پړانده وویل: چې فیل یو کلک او تیره څوکې شی دی. ځکه نوموړی ته د

فیل اوږد غاښ په لاس ورغلی وو، او په نور څه خبر نه وو. دویم پړانده وویل چې

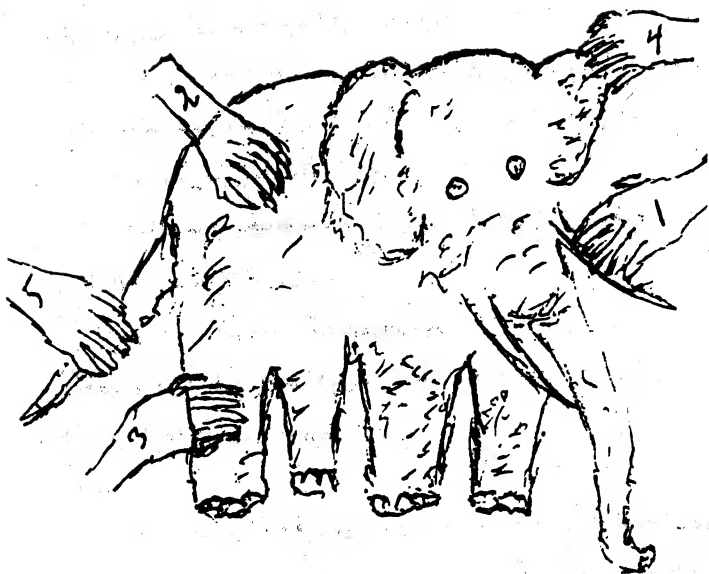
فیل داسی شی دی لکه یو «دیوال» ځکه نوموړی فیل ته نږدی ولاړ وو. او د فیل

په تنه نی لاس واهه. . دریم پړانده فیل داسی تشریح کړ: چې فیل داسی دی لکه

دونی سته. ځکه چې نوموړی پړانده ته د فیل پښه په لاس ورغلی وه او د فیل پښی

څخه یې غیره چاپیره کړی وه. د څلورم سړی نظر داسی وو چې فیل یو همواره

سطحه ده چې لږ څه جگوالی او ټیټوالی لری. ځکه چې نوموړی پړانده ته د فیل غوړ



د پنځو کسورندو تشریح د فیل د تنی په باره کې

په لاس ورغلی وو. پنځم رانده د فیل تعریف داسی وکړ: چې فیل یوشی دی لکه یو پری (رسی) ځکه نوموړی ته نی لکې په لاس ورغلی وه.

موږ د اپورتني کپسه داسی تحلیلوو چې دی پنځوړندو د فیل پیژندنه، په واقعی او مکمله توګه نه ده درک کړی. دلته مکمل علمیت غواړی چې دومره توان او قدرت څوک پیدا کړی چې سترګی نه مکمل فیل وویښی او درک نه کړای شی. ددی وړندوالی د لرې کېدو امکان یوازې د علمیت او پوهی پواسطه کېدای شی چې بینانی پیدا کړی ترڅو مکمل فیل ولېدای شی.

نو ددی مثال څخه څرګنده شوه چې دا باید ومنو چې ژوند یو پیچلی او د ژوند پوهېدل په مکمل صورت سره ګرانه ده، هر څومره چې علمی ساحه او پوهه لوړیږی نو د ژوند ځینی برخې سړی ته ولېدو وړ ګرځی.

د ژوند د واقعیت د پیچلتیا په برخه کې یو المانی اروا پوه او فیلسوف «ایریک فرام» Erich. Fromm داسی وانی:

>> تاسو به رسوسی بیزوګی Rehsus پیژنئ (ریسوسی یو ډول هندي بیزوګانې دي چې د علمی تجربو له پاره ورڅخه ګټه اخستل کېږی. مثلاً د وینی د ګروپ د پیژندلو له پاره RS او Rh+ او درسوس نوم د همدی هندي بیزوګانو څخه اخستل شوی).

«ایریک فرام» وانی؟ کله چې موږ درسوس بیزوګانو څخه وینه اخلو د بیزوګی غوښی ته پیچکاری ورننه باسو بیزوګی یوازې درد حس کوی، خو بیزوګی په دی نه پوهیږی چې پرما څه وشول. اولی می ځان خوړشو! خو په دی موږ پوهیږو چې بیزوګی ځکه چېغه وکړه چې موږ پیچکاری ورکړه، او وینه مو ځنی واخېسته، او

ددغي ويني څخه موږ په ساينسي او علمي تجربو کې گټه اخلو. په دې موږ پوهېږو، نه بيزوگي.

«ايرېک فرام» (۱) د دې مثال په واسطه موږ ته واضح کوي چې د ژوند د واقعيت د پوهېدو پلو خواته نږدې کېدل يوازې د علميت او پوهې د لارې صورت نيسي.

نوموړې يو بل ځای وائي: کله مو چې سهو وکړه زيات ځان له لاسه مه ورکوئ، ځکه د همدې سهو او خطا له کبله انسان زياتره د واقعيت خواته مخ په وړاندې ځي او خپله جمله داسې بيانوي: يو وار غله وکړه، دنيا غني کړه، بياني راوړېه ځان غني کړه.

کله چې سړی زمکه وکړي او تخم وښيني مصرف وکړي. غريب کيږي، خو طبيعت بېکلی کيږي. بيا خپل کښت راوړي يعني چې بيا سړی خپلې تجربې راټولې کړي ځان پری غني کړي.

«ايرېک فرام» انسانان د پوهې له نقطې نظره په څلورو کټگوريو وېشي:

۱- عالمه طبقه ۲ پوه شوی ۳- نا پوهه ۴- هغه چې نشي پوهېدی.

۱- عالمه طبقه: هغه دی چې دوی د خپل علم د رڼا په واسطه کولای شي خپل مسیر پيدا کړي، يعني که د کوم سيلاب سره مخامخ شي کولای شي چې د سيلاب خطر ناکي، او څرې اوبه په داسې خوړونو وپيوي چې هيڅ خرابوالي او تاوان پېښ

(۱) - د ايرېک فرام: پورتنۍ مثالونه د نوموړي دهغه کتاب څخه اخستل شوي چې *Psykiatri og sjael- sorg* (يعنې زخمي روح او علاج نسي)

Erich-Fromm

نکړی، هم ځان او هم نورو ته د سیلاب څخه نجات ورکړی.

۲- پوره طبقه: هغه خلک دي چې کيدای شي په لومړيو کې چې سيلاب اوبه په غرو کې رابښکته کوي، په غرو کې لاری جوړی کړی او خرابی وکړی، په اصطلاح سهوی شي کړی، زخمو نه او خواری، خولی توی کړی، او ښکې نه توی کړی. او د داپورته ذکر شویو تجربو په اساس پوه شی. اوبل وارته خپل سيلاب هغه خوړونو ته رهنمائی کوی او بیوی، کوم چې دمخه نه دناپوهی پواسطه کړی او ور سره مخامخ شوی وو.

۳- ناپوره طبقه: خپله دناپوه ټکي کومه بده کلمه نه ده، يعنی «پوهی ته اړتیا» دا طبقه خلک د دویم گروپ دوره تیروی، او که چیرې عادی او نارمل ذکاوت ولری کله چې د دویم گروپ یا طبقې دوره نه تیره کړه د پوهو خلکو قطار ته شاملیږی.

۴- هغه چې نه شی پوهیدی: تقریباً (سکوپیت Psychopath) هغه خلک دي چې په وارو وارو په خپلو کړو وړو کې سهوی کوی او د پخوانیو خاطراتو او سهوی خاطری نه هیڅ په پام کې نه پاتی کیږی. هر وار چې سيلاب د غرو څخه رابیوی، هر وار په غرو کې نوی نهرونه او خرابی جوړوی، ځکه چې د خپلو سهو او خرابی خاطرات نه په فکر کې نه پاتی کیږی د د راز خلکو رهنمائی د واقعیت خواته گرانه ده.

د دې رسالې په لیکلو کې د لاندینيو کتابونو څخه ګټه اخستل شوی ده:

- 1-The natural development of child agantha, H. Bowley.
- 2-Philosophy and the meaning of life Karl Britton.
- 3-Anvenot psykologi en grund bog Martin Levander

4-Psykologien om bornung og voksne mogle ns brorup lene
hansen.

5-Den stoe leg.

6-Psykologi

En indføring iteori og anvendelse Susanne Lunn og Nicole-
Kristjansen.

7-BORNS ADFARD

FRANCES LG. OG LOUISE B.AMES.

8-BEFRI DIN FO LELSER OVERVIND

FRYGT ANGST OG UREDE

CHRIS GRISCOM

9-UDVIKLINGS PSKOLOGISKE TEORIER ESPEN
JERLANG.

مننه او کورودانی

ددعوت د ملي اسلامي او خپلواکي جريدی موسس
او مسئول چلوونکي ورور محمد طارق «بزگر»، چې
خپل گران هيواد او هيوادوالو ته په علمي خدمت
بوخت دی دنوموړی د زیار له امله دا زمینه برابر د
شود چې دا رساله چاپ شي.

په درناوی

حبیب الله ببرکزی «خدران»